



Facultad de
Ciencias Sociales
y del Trabajo
Universidad Zaragoza



Universidad
Zaragoza

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Grado en Trabajo Social

Proyecto social contra el
aislamiento de las personas
mayores en las áreas rurales de la
Soria “vaciada”. Comarca de
Almazán

Autora: Natalia Gil Marcos

Directora: M.^ª Luisa Gracia

Curso: 2019/2020

Contenido

Índice de tablas	2
Resumen	3
Abstract	3
ANÁLISIS DE LA REALIDAD	5
Antecedentes:.....	5
Castilla y León - provincia de Soria.....	9
Ubicación del proyecto	14
Revisión de bibliografía	19
Vivir en áreas rurales.....	19
Algunos proyectos.....	20
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	25
Análisis de implicados.....	25
Árbol de problemas	29
Descripción de los problemas	29
Árbol de objetivos	31
Definición de alternativas	31
Selección de alternativa - prioridades	32
FORMULACIÓN DEL PROYECTO	34
Objetivos.....	34
Metodología	34
Actividades.....	36
Recursos.....	39
Recursos materiales.....	39
Recursos humanos.....	39
Recursos financieros	39
Cronograma	41
EVALUACIÓN	43
MATRIZ MARCO LÓGICO	46
BIBLIOGRAFÍA.....	48

Índice de tablas

Tabla 1. Población resultante del padrón municipal a 1 de enero de 2018.....	12
Tabla 2. Nº de habitantes por tamaño de municipios.....	13
Tabla 3. Tasa de empleo para ambos sexos	13
Tabla 4. Tasa de paro para ambos sexos.....	14
Tabla 5. Pueblos de la comarca de Almazán	15
Tabla 6. Tabla de implicados	25
Tabla 7. Tabla de implicados	26
Tabla 8. Horarios de actividades	34
Tabla 9. Actividades	36
Tabla 10. Presupuesto.....	39
Tabla 11. Financiación	41
Tabla 12. Programación julio	41
Tabla 13. Programación agosto	42
Tabla 14. Diagrama de Gantt	42

Resumen

En la actualidad, España, está experimentando un progresivo envejecimiento de la población, esto se debe al aumento de la esperanza de vida y al descenso de la tasa de natalidad, lo que provoca un aumento del número de personas mayores en nuestra sociedad. Además, desde los años 60, y debido a la puesta en marcha de polos y planes de desarrollo en las ciudades, algunas zonas del país como la comunidad autónoma de Castilla y León ha visto como se reducía su número de habitantes de forma considerable. Concretamente, el problema es verdaderamente grave en la provincia de Soria donde el 94% de los municipios corre el riesgo de desaparecer. La soledad es un problema que afecta a muchas personas en la actualidad y cobra especial importancia en los mayores que viven en entornos rurales donde el aislamiento se acentúa todavía más. Por ello, es necesaria la intervención desde Trabajo Social en estos lugares, envejecidos y donde las personas experimentan con frecuencia el problema de la soledad y el aislamiento.

Con este Trabajo de Fin de Grado, se pretende diseñar un proyecto de intervención en la provincia de Soria, en concreto, en la comarca de Almazán, para erradicar el aislamiento al que están sometidas las personas mayores de 65 años en estos territorios y fomentar la participación y comunicación de estas.

Palabras clave: personas mayores, áreas rurales, despoblación, aislamiento, envejecimiento, soledad.

Abstract

Currently, Spain is experiencing a progressive aging of the population, this is due to the increase in life expectancy and the decrease in the birth rate, which causes an increase in the number of older people in our society. In addition, since the 1960s, and due to the implementation of poles and development plans in cities, some areas of the country, such as the autonomous community of Castilla y León, have seen their number of inhabitants decrease considerably. Specifically, the problem is really serious in the province of Soria, where 94% of the municipalities are at risk of disappearing. Loneliness is a problem that affects many people today and is especially important in the elderly who live in rural settings where isolation is even more pronounced. Therefore, intervention from Social Work is necessary in these rural, aging areas and where people frequently experience the problem of loneliness and isolation.

With this Final Degree Project, it is intended to design an intervention project in the province of Soria, specifically, in the Almazán region, to eradicate the isolation to which people over 65 are subjected in these territories and promote participation and communication of these.

Key words: older people, rural areas, depopulation, isolation, aging, loneliness.

ANÁLISIS DE LA REALIDAD

Antecedentes:

La despoblación y el envejecimiento en la actualidad es un problema en alza, muchos territorios de España vienen experimentando fenómenos migratorios y envejecimiento desde hace décadas. El llamado "desierto demográfico" crece a pasos agigantados en España, datos del INE del año 2017, anuncian que 22 de las 50 provincias se encuentran en grave riesgo de despoblación, 14 de ellas en estado crítico. Esas 14 provincias tienen una característica en común, en todas ellas más del 80% de los municipios corren el riesgo de desaparecer, tienen menos de 1000 habitantes y unos censos de población muy envejecidos.

La lista de provincias en estado crítico la lidera Soria, donde el 94% de los municipios corren el riesgo de desaparecer. Solamente once de los 183 municipios que tiene la provincia tienen más de 1000 habitantes, 164 pueblos menos de 500 habitantes. Muchas de las poblaciones de la provincia quedan en invierno vacías.

En la lista le siguen, Zamora, Burgos, Ávila, Salamanca, Teruel, Palencia, Guadalajara... (Perez, 2017).

Para descubrir el origen de este alarmante mapa demográfico, hay que remontarse hasta el año 1936, desde entonces y hasta 1957, España vive en una autarquía. La autarquía se caracteriza por la independencia económica y comercial con respecto a otros países y por el papel fundante que tiene el estado en la economía (Del Arco, 2006).

A mitad del siglo XX se inician en España una serie de reformas de la Administración pública, que se materializan por primera vez en 1957 con la Ley de Régimen Jurídico, y que finalizan años más tarde con la aprobación de la Ley de Funcionarios Civiles del Estado de 1964 y la Ley de retribuciones de los funcionarios. Durante dicho periodo no solo cambia el funcionamiento burocrático del estado, sino que también cambian los supuestos en los que hasta el momento estaba basada la economía de la época franquista, después de conseguir que el régimen de Franco se introdujera en la comunidad europea, era necesario un cambio. Como consecuencia, a finales de los años 50, concretamente en 1957, se inicia un programa de estabilización y liberalización económica (Beltrán Villalba, 1994). El plan de estabilización económica se puso en marcha en 1959, fue idea de los "tecnócratas" que aportaron al régimen nuevas visiones sobre economía. Las características del Plan de Estabilización eran:

- Control al alza de los precios y el déficit público, aumentar los impuestos y también los tipos de interés y congelar los sueldos de los funcionarios.
- Supresión del modelo autárquico
- Apertura del comercio internacional, liberación de los flujos de capital, auge del turismo, nuevas inversiones extranjeras
- Transformación del modelo intervencionista del Estado, nueva política económica y creación de los planes de desarrollo

La economía española fue la que mayor crecimiento alcanzó entre los años 1960 y 1973 de toda Europa.

Hacia el año 1957 termina la autarquía y España entra en un periodo más innovador, llamado periodo desarrollista. Tiene lugar, la configuración de una nueva sociedad industrial, donde el PIB se concentra sobre todo en la industria y los servicios, provocando que la agricultura tradicional entre en crisis. La industria aumenta su productividad y se diversifica.

Las condiciones de vida mejoran en términos generales, aunque el nivel de vida en España seguía estando muy lejos del nivel de vida europeo, se produce un aumento del gasto público, pero no el suficiente para crear y mantener un Estado de Bienestar que se asemejase a los que existían en muchos países europeos.

Se da una creciente urbanización y redistribución de la población en el territorio, se producen salidas masivas del campo a la ciudad, y en las ciudades se comienza a urbanizar de forma desordenada y escasamente planificada.

Se produce un cambio importante en la industria socio profesional, disminuye el proletariado tradicional, formado por jornaleros y obreros no cualificados, y nace una nueva clase obrera con un mayor poder adquisitivo.

España se convierte en una sociedad de consumo de masas, aunque el desarrollo económico fue muy desigual tanto a nivel territorial como social.

Hasta 1950, España se caracterizaba por ser una sociedad posindustrial, las zonas rurales contaban con abundante y barata mano de obra. En la década de los 60 el sector agrario experimentó una serie de cambios, la agricultura española tenía un bajo nivel de capitalización, lo que provocó un gran impacto en los núcleos rurales y se tradujo en el comienzo de la conocida crisis de los años 60, la crisis agraria. Las provincias situadas en la comunidad autónoma de Castilla y León

fueron algunas de las más perjudicadas, debido a que el sector primario en estos lugares tenía un peso determinante (Rico Gonzalez & Gomez Garcia, 2003).

Por aquel entonces, la emigración se impuso como un elemento capaz de desarticular el mundo rural. Desde los pueblos, se realizan transferencias masivas de población, sobre todo de jóvenes y mujeres, aquellas zonas en pleno desarrollo industrial, como Madrid, Barcelona, Bilbao... en España, y Alemania, Francia o Inglaterra, entre otras, en Europa. Con ello, el sector agrario y las zonas rurales dependían cada vez más de factores externos de carácter industrial, tales como la energía, las materias primas, etc.

Al principio, el éxodo rural afectó de manera más acusada a aquellas personas que vivían de forma más precaria, por ejemplo, "asalariados agrícolas que constituían la base de la estructura productiva de las medianas y grandes explotaciones". Se produce entonces, un cambio en el modo de trabajar, es decir, se sustituyen las personas y los animales, por máquinas. Las medianas y grandes explotaciones inician un proceso de capitalización y se adaptan a las nuevas exigencias productivas.

Las pequeñas explotaciones agrícolas, incapaces de adaptarse a los nuevos tiempos, se ven muy perjudicadas, sobre todo debido al aumento de los "costes de cultivo tradicionales", que se basan en el empleo de mano de obra (Justicia, 1987).

En las explotaciones familiares, los salarios subieron debido a la escasez de mano de obra incentivando las ayudas familiares. La fuerza de trabajo se redujo y fue incapaz de adaptarse a la mecanización y a las nuevas tecnologías de la época. Las explotaciones familiares veían como descendían sus beneficios a la vez que las grandes ciudades no paraban de crecer, la diferencia entre los habitantes de los pueblos y los habitantes de las ciudades era cada vez mayor. Ello produjo que muchas personas de las áreas rurales decidieran sumarse al proceso migratorio.

El éxodo de todas estas personas a los grandes núcleos urbanos produjo un importante declive demográfico en el mundo rural. Desde entonces, los espacios rurales han sufrido una evolución regresiva provocada por el modelo de industrialización, los factores principales que provocaron dicha evolución fueron:

- Menor capacidad para crear empleo y adquirir un nivel de ingresos similar al que se genera en las ciudades.

- Atracción del novedoso modo de vida urbano e idea de que en dichas zonas se vive mejor, hay mayor calidad de vida (García Fernández, 1964).

Este fenómeno tuvo importantes consecuencias que en la actualidad todavía se dan como, por ejemplo: retroceso demográfico y envejecimiento, crisis de los sistemas agrarios tradicionales, desaparición de servicios...

Es a partir de 1975 cuando se detecta un leve descenso de las migraciones, debido principalmente, al retroceso económico de las zonas industriales. En la década de los setenta, España pasa por una crisis energética, en la cual, el precio de los productos petrolíferos sube y hace que la economía se estanque, provocando restricciones en el mercado laboral. Las causas de la crisis son:

- Las inversiones y los flujos exteriores desaparecen con la crisis energética de 1973 y la posterior crisis económica mundial, además los tipos de interés aumentan considerablemente y la emigración de españoles a otros países de Europa también pierde importancia debido a la crisis.
- El modelo de crecimiento se caracterizaba por una alta dependencia de los modelos tecnológicos extranjeros, además, el coste de las materias primas era muy elevado.
- El tejido industrial español estaba altamente conectado a las actividades industriales tradicionales, con tendencia a la elevación de costes y a la competencia internacional.
- Los empleos son poco flexibles, hay un alto número de despidos, además de una baja productividad que convierte al sistema en muy poco eficiente.
- Sistema basado en la demanda interna que en la exportación. Aumento del paro y descenso de los salarios de los trabajadores.

En 1977 tienen lugar los llamados Pactos de la Moncloa, España entra en la época democrática con un panorama económico muy debilitado, una alta inflación, una gran deuda exterior y una estructura económica mal planteada (Bachiller, 1984).

En definitiva, las cifras sobre despoblación en los territorios rurales son fruto de los desajustes que han ido afectando a la economía en los siglos XIX y XX, durante los periodos de industrialización. La construcción del llamado Estado de Bienestar en Europa, reafirmo las tendencias migratorias, la creencia de que los mejores servicios, públicos y privados se encontraban en las grandes ciudades y la atracción hacia

un modo de vida más innovador, se convirtieron en razones de peso para explicar el éxodo rural.

Con la crisis industrial de los años setenta, las migraciones de forma masiva se redujeron, llegando a estancarse, sin embargo, los inmigrantes no volvieron a sus lugares de origen, permanecieron en las grandes ciudades, arropados por un Estado de Bienestar asistencialista, que, por aquellos años, comenzaba a emerger.

Los gobiernos también fueron responsables de la configuración demográfica de las zonas rurales, una característica compartida por todas las áreas de España deshabitadas es la falta de servicios públicos fundamentales dentro del Estado de Bienestar, como, por ejemplo, sanidad o educación.

Las migraciones en el conjunto español también cambiaron, tanto en el sentido que "tradicionalmente se habían dado", como en quienes los protagonizan: jubilados que retornan a sus lugares de origen, inmigrantes que llegan a España y ocupan puestos de trabajo mal remunerados... (Ayuda Bosque, Saez Perez, & Pinilla Navarro, 2001).

En Europa paso algo similar, mientras que en algunas zonas como Irlanda, Bélgica, Holanda... la población era cada vez mayor, en los territorios rurales disminuyó la población a pasos agigantados, además el índice de envejecimiento fue incrementándose. Se calcula que durante el periodo 2008-2030 una de cada tres regiones sufrirá un descenso de efectivos. La problemática afecta de manera más notable a los países bálticos y nórdicos, pero también a países de otras zonas completamente diferentes como Bulgaria, Rumanía... en la zona sur de Europa a Portugal, Grecia... La crisis de refugiados cambió levemente la tendencia demográfica, provocando que algunos países antes citados, aumenten y rejuvenezcan su población (Herrera & Rovirosa, 2019).

Castilla y León - provincia de Soria

Los cambios en el sector agrario a partir de los años sesenta suponen el comienzo de la crisis en el sector agrario que afectó gravemente a las zonas rurales. Dichos cambios, se traducen en la pérdida de empleos y la disminución de las rentas en el campo. La comunidad autónoma de Castilla y León es una de las que más se vio afectada por los cambios, ya que el peso del sector primario en la región era muy considerable, los pueblos de la comunidad padecieron las duras consecuencias de la crisis.

Comenzó entonces el éxodo rural, la población de Castilla y León salía de sus lugares de origen en busca de nuevas oportunidades y empleo en territorios más prósperos. La despoblación pone de manifiesto los problemas de aislamiento y dificulta el desarrollo de actividades económicas y prestación de servicios. Las salidas las protagonizan sobre todo mujeres y jóvenes, lo que deja en la comunidad un espacio envejecido y masculinizado (Ayuda Bosque, Saez Perez, & Pinilla Navarro, 2001).

Concretamente, en la provincia de Soria la principal causa del descenso de la población radica en las numerosas migraciones. Las salidas hacia el extranjero y a otros territorios de España han sido constantes desde el siglo pasado y siguen dándose en la actualidad. Esto, se hace muy latente a partir de 1950, cuando el saldo negativo supera el crecimiento natural de la provincia, y por lo tanto se produce una pérdida de efectivos, a la vez que un envejecimiento continuo de la población soriana. Además de las emigraciones al exterior y a otros territorios de España, tienen mucho peso las migraciones interiores, es decir, dentro de la provincia. Ganaron importancia los traslados a las cabeceras comarcales y a la propia capital, donde se plantean novedosas ideas de ordenación y desarrollo rural. En un primer momento, cuando la mecanización llegó a los campos sorianos, allá en la década de los 60 y 70, la tendencia era que las personas, en su mayoría pequeños propietarios o jornaleros, salieran de Soria hacia otras provincias "con más futuro". Ello provoca un aumento de las tierras arrendadas y de las superficies agrícolas individuales, lo que se traduce en un incremento del nivel de renta de las personas que permanecen en Soria. A su vez, posibilita que las personas que antes vivían en pequeños pueblos trasladen su lugar de residencia a la propia capital o a pueblos más relevantes, como Almazán, Burgo de Osma... y de esa manera beneficiarse de un número mayor de servicios. Las personas de las que hablamos fijan su residencia en la capital o en núcleos más grandes que los suyos de origen y tan solo se desplazan al pueblo para trabajar.

Los factores económicos han sido siempre importantes en la provincia a la hora de explicar las masivas migraciones que se produjeron y se siguen produciendo. En cuanto al nivel de vida de los agricultores, se podría decir que el poder adquisitivo de los mismos ha aumentado respecto a épocas pasadas, sin embargo, sigue estando por debajo del que se tiene en las zonas industrializadas (Bachiller, 1984).

Las principales actividades económicas de la provincia son: agricultura cerealista de secano y ganadería extensiva, caracterizadas por una "infrautilización y

degradación" de los recursos. Actividades industriales muy escasas, sin infraestructuras y con pocas expectativas de desarrollo, y un sector de servicios sin especializar, que no hace posible la atracción de población

Los pueblos carecen de servicios, infraestructuras y equipamientos, no existen oportunidades como en las ciudades. Por otro lado, la agricultura no cuenta con reconocimiento social.

La provincia de Soria en el año 2019 sumaba 88600 habitantes, repartido en 183 municipios, de los cuales más la mitad cuentan con menos de 100 habitantes. Tan solo 11 de los 183 municipios superan los 1000 habitantes, Almazán y Soria, son los únicos núcleos que superan los 5000 habitantes.

Soria tiene una altitud media de 1100 metros sobre el nivel del mar, las sierras del norte de la provincia condicionan el clima y provocan temperaturas bajas, sobre todo en invierno (Martín, 2008).

La provincia de Soria está situada en la parte central de la península. Se trata de un lugar donde el territorio es bastante desigual, zonas de montaña, terrenos abruptos, llanuras, etc. Es un territorio muy poco explotado, donde hay una gran carencia en cuanto a infraestructuras, y por lo tanto las condiciones para el desarrollo son muy poco favorables. Esto ha generado importantes cambios como, por ejemplo:

- Reducción de la población (Rico Gonzalez & Gomez Garcia, 2003).
- Envejecimiento. En las explotaciones agrarias, además de producirse un descenso considerable de activos, también se ha producido una pérdida de la capacidad de trabajo en las zonas agrarias debido al envejecimiento (Bachiller, 1984)
- Masculinización
- Las condiciones actuales no favorecen la recuperación social y económica por su bajo número de población y por el deterioro de los equipamientos e infraestructuras del territorio, lo que hace más difícil la creación de nuevas actividades para generar puestos de trabajos y mantener la poca población joven que queda en la zona. La población joven tiene un alto potencial dinamizador desde el punto de vista laboral, productivo, reproductivo y social. La escasez de personas menores de 40 años provoca que se reduzcan el número de nacimientos, comprometiendo la supervivencia de los pequeños núcleos rurales. Hay pocos efectivos en edad de trabajar, factor esencial a la hora atraer empresas y nuevas infraestructuras. El

envejecimiento dificulta la reactivación económica por el bajo número de personas en edad de trabajar (Rico Gonzalez & Gomez Garcia, 2003).

Es cierto que la diferencia en la provincia entre hombres y mujeres no es muy elevada, pero esta peculiaridad sí es importante en los pueblos pequeños, donde la mayoría de la población son hombres mayores. Esta diferencia está directamente relacionada con el carácter selectivo de los movimientos migratorios tanto del pasado como de la actualidad. En el pasado fueron más las mujeres que emigraron que los hombres, lo que explicaría su mayor presencia en la población adulta vieja. En la actualidad, estas pueden ser las causas que mantienen dicha tendencia:

- Las mujeres siguen emigrando en busca de nuevas oportunidades en las zonas más pobladas.
- Población de mediana edad masculina atraída por el desarrollo de actividades donde la presencia femenina es menor (cuidado y mantenimiento de los montes, agricultura...) (Bustos Gisbert, 2005).

Cifras oficiales de población resultantes del padrón municipal a 1 de enero de 2018

Tabla 1. Población resultante del padrón municipal a 1 de enero de 2018

	AÑO 2018	TOTAL
HOMBRES	44800	88600
MUJERES	43800	

FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

Cifras oficiales de población resultantes de la revisión del padrón municipal a 1 de enero

En cuanto a al número de habitantes por tamaño de municipios en la provincia de Soria, los resultados son los siguientes:

Tabla 2. N° de habitantes por tamaño de municipios

	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	TOTAL
< 101	5324	5519	4431	5063	5377	5771	5665	5721	5465	5359	5281	5177	5303	5303
101-500	12563	11447	11185	11362	10840	10347	10006	9499	9374	9482	9575	9388	9095	9095
501-1000	5405	6985	6035	5981	6020	7428	7324	7272	7098	6556	6020	5892	5840	5840
1001-2000	8876	7945	8962	7056	7059	4986	4835	4741	4615	4476	4357	4320	4239	4239
2001-5000	12343	12531	12686	14706	14667	14754	14702	14575	14486	14343	19263	19185	19272	19272
50001-100000	10877	11142	11264	11252	11273	11089	11006	10897	10800	10653	5526	5526	5489	5489
10001-20000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20001-50000	38205	39078	39528	39838	39987	40147	39753	39516	39168	39171	38881	39112	39398	39398

FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

A priori, podría parecer que ha producido una reorganización interna de la población, las personas que antes vivían en las pequeñas áreas rurales, se han desplazado a otros pueblos con más habitantes y más posibilidades, el descenso de población en los núcleos más pequeños está directamente relacionado con el crecimiento de los pueblos más grandes.

Habiendo analizado los datos sobre el número de habitantes que hay en la provincia y el tamaño de los pueblos, me interesa descubrir cuál es el perfil de las personas que viven en estos pequeños núcleos de población.

La tasa de empleo en la provincia de Soria para hombres y mujeres asciende al 54,52%

Tabla 3. Tasa de empleo para ambos sexos

2016T4	2017T1	2017T2	2017T3	2017T4	2018T1	2018T2	2018T3	2018T4	2019T1	2019T2	2019T3	2019T4
50,61	50,56	52,68	54,52	55,5	52,54	53,54	53,23	54,17	52,28	52,76	56,28	54,52

FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

La tasa de paro en la provincia de Soria para hombres y mujeres asciende al 7,23%

Tabla 4. Tasa de paro para ambos sexos

2016 T4	2017 T1	2017 T2	2017 T3	2017 T4	2018 T1	2018 T2	2018 T3	2018 T4	2019 T1	2019 T2	2019 T3	2019 T4
12,2 5	12,4 8	13,0 4	8,29	9,55	11,4	8,68	7,84	4,35	6,89	8,75	7,05	7,23

FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

Ubicación del proyecto

La provincia de Soria cuenta con trece comarcas: comarca de Pinares, comarca de Berlanga, comarca de El Valle, comarca de Vega Cintora, comarca de Almarza, comarca de Tierras Altas, comarca de El Burgo de Osma, comarca de Soria, comarca de las Vicarias, comarca de Campo de Gómara, comarca del Moncayo, comarca de Medinaceli y comarca de Almazán.

Concretamente la comarca de Almazán está situada en la zona centro de la provincia. Está formada por 19 municipios: Agradas, Alentisque, Almazán, Barca, Borjabad, Coscurita, Escobosa de Almazán, Frechilla de Almazán, Maján, Matamala de Almazán, Momblona, Morón de Almazán, Nepas, Nolay, Soliedra, Taroda, Velamazan, Velilla de los Ajos y Viana de Duero.

Ilustración 1. Provincia de Soria y comarca de Almazán

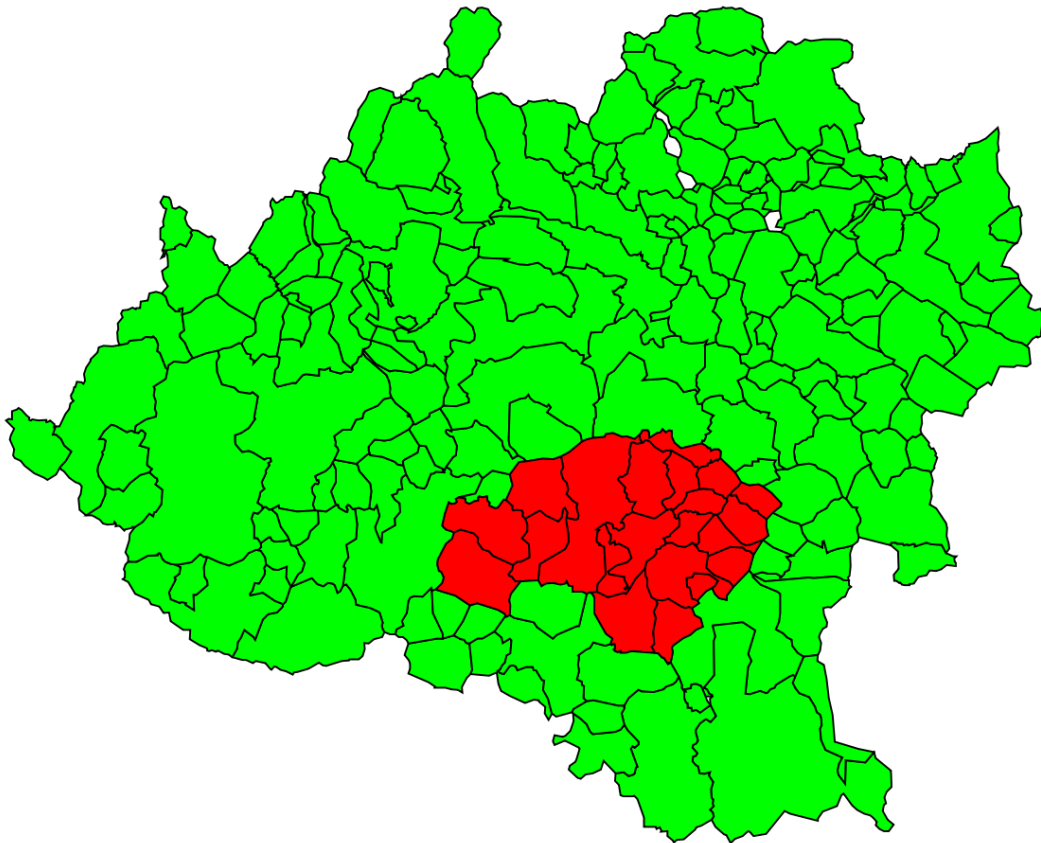


Tabla 5. Pueblos de la comarca de Almazán

NOMBRE DEL PUEBLO	Nº DE HABITANTE	HOMBRES	MUJERES
Adradas	69	36	33
Alentisque	33	20	13
Almazan	5489	2784	2705
Barca	98	62	36
Borjabad	33	20	13
Coscurita	79	49	30
Escobosa	21	14	7
Frechilla de Almazan	24	13	11
Maján	10	6	4
Matamala de Almazan	288	152	136
Momblona	22	15	7
Moron de Almazan	193	100	93

NOMBRE DEL PUEBLO	Nº DE HABITANTE	HOMBRES	MUJERES
Nepas	51	36	15
Nolay	57	31	26
Soliedra	32	18	14
Taroda	50	28	22
Velamazán	76	50	26
Velilla de los Ajos	20	10	10
Viana de Duero	54	39	15

FUENTE: Instituto Nacional de Estadística

La comarca, tiene en total 6699 habitantes y 3393 kilómetros cuadrados.

Las principales características de los sectores económicos de la comarca son las siguientes:

- Sector primario:
 - o Agricultura
 - o Ganadería
 - o Forestal. Los principales aprovechamientos son la madera, los pastos y las leñas, la resinas, la micología, etc.
 - o Caza
 - o Pesca
- Sector secundario:
 - o La industria de la madera, donde se encuentran empresas que realizan un amplio abanico de actividades como el aserrado de madera, la fabricación de palets... las empresas de fabricación de muebles son las más emblemáticas y de mayor tradición de la zona.
 - o La industria de la alimentación: va desde la elaboración de productos de cerdo, entre los que destaca el torrezno por haber obtenido recientemente una marca de garantía "torrezno de Soria" a la elaboración de agua mineral, café, pan o pastelería.
 - o La industria del papel: en Almazán se sitúan dos importantes fábricas de papel, que dan trabajo alrededor de 250 personas. Torrapapel y Reno de Medici.
 - o La industria del metal: existen al menos una docena de empresas dedicadas a la cerrajería y a la carpintería metálica. La más representativa es Forjas Castilla, ubicada en Almazán, fundada en 1980 y dedicada a la fabricación de forja y estampación en caliente.

- Sector terciario:
 - o Comercio: el comercio al por mayor es prácticamente inexistente en la zona, en cuanto al comercio al por menor, Almazán cuenta con una variada oferta comercial, predominando los establecimientos minoristas de productos alimenticios y bebidas (frutas y verduras, carnicerías, pescaderías, panaderías, alimentación en general...) y los de textil, confección y calzado.
 - o Talleres: reparación de vehículos y maquinaria agrícola,
 - o Hostelería
 - o Turismo rural
 - o Gasolineras
 - o Entidades bancarias: en la comarca de Almazán tan solo tienen entidades bancarias Almazán, Morón de Almazán y Matamala de Almazán.

Las comunicaciones y el transporte están condicionadas por la situación periférica en el ámbito geográfico de Castilla y León. Soria, se encuentra relativamente alejada de los principales centros urbanos de la comunidad de Castilla y León.

Las carreteras se configuran en tres tipos de redes:

1. Red de carreteras del Estado: Integrada por la Autovía A15 entre Medinaceli y Soria que atraviesa el territorio de Sur a Norte, pasando por Almazán; la Autovía A2, que comunica Madrid con Barcelona a su paso por los municipios de Medinaceli, Arcos de Jalón y Santa María de Huerta, en el sureste del territorio, la CN II.a, carretera radial que une Madrid con La Junquera, gran parte de cuyo trazado ha sido transformado en la autovía anterior (A2), atraviesa y estructura la comarca de Arcos de Jalón, entre Esteras de Medinaceli y Santa M^a de Huerta y la CN 111 Medinaceli-Soria-Logroño-Pamplona, sustituida en parte, por la A15.
2. Red Autonómica: comprende las carreteras que son titularidad de la Junta de Castilla y León y está subdividida en las siguientes categorías: Red Básica (CL 101, CL 116). Red Complementaria Preferente (SO-132, SO-340, SO-100) y Red Complementaria Local (SO-411, SO-152, SO-154, SO-110, SO-115)
3. Red Provincial: compuesta por el conjunto de carreteras que son competencia de la Diputación Provincial de Soria. Tiene una clara función de accesibilidad a los municipios de cada provincia, comunicándolos con las redes de movilidad de la región.

El ferrocarril tiene una escasa presencia en la provincia y se limita al transporte de pasajeros, en la comarca, funciona la línea que une el norte de Madrid con Soria, pasando por Almazán. En el resto de la provincia funciona la línea que une Madrid con Zaragoza y Barcelona, que atraviesa el sur de la provincia, con parada en Medinaceli, Arcos de Jalón y Santa M^a de Huerta.

Almazán cuenta con una central eólica, mientras que en Coscurita y Frechilla de Almazán se encuentran dos centrales de energía solar.

La comarca cuenta con un centro de salud en Almazán, que tiene un servicio de urgencias, pero no consultas especializadas. En todos los municipios de la comarca se puede encontrar un consultorio médico. El único complejo hospitalario de la provincia se encuentra en Soria, está constituido por dos hospitales, hospital Santa Barbara y hospital Virgen del Mirón. El traslado de pacientes a estos centros para acudir a consultas especializadas se realiza en ambulancia si el usuario no puede acudir de otra manera. El resto de los recursos sanitarios, como fisioterapia, podología, dentistas... son escasos y de carácter privado, se concentran en Almazán. La comarca también cuenta con un centro comarcal de Cruz Roja, donde se realizan reconocimientos médicos, actividades de ocio y tiempo libre para niños y también se imparten algunos cursos, como, por ejemplo, primeros auxilios.

Los Centros de Acción Social, CEAS, dependen del departamento de Servicios Sociales de la Diputación Provincial de Soria, tiene sede en Almazán. Toda la comarca de Almazán pertenece al centro comarcal de Almazán, excepto, Matamala de Almazán, que pertenece al centro CEAS Soria Rural, con sede en Soria. Almazán, cuenta con un centro de día dependiente de la gerencia de servicios sociales. La comarca cuenta con cuatro residencias de ancianos, dos de ellas situadas en Almazán, Morón de Almazán y Matamala de Almazán.

El único municipio de la comarca que cuenta con servicios formativos es Almazán, en el que hay una guardería, centros que imparten educación infantil, primaria, secundaria y bachillerato, ciclos formativos, centro de educación para adultos y escuela de idiomas.

La comarca de Almazán presenta una gran heterogeneidad de ambientes, tanto naturales como humanizados, ello queda reflejado en sus diversos paisajes, pinares, vegas cultivadas, afloraciones rocosas y bosques quercineas. Es el resultado de la interacción de los factores naturales intrínsecos de la zona con la ocupación del hombre y el trabajo de la tierra.

Trabajo de fin de grado

La altitud media comarcal es de 1024 metros, el punto máximo se encuentra en los 1358 metros y el mínimo en los 715 metros.

La topografía es principalmente plana, solo alterada por cerros que constituyen grandes horizontes marcados por los usos agrícolas, se caracterizan por poseer el 93% de la superficie, con pendientes suaves.

La comarca pertenece a dos cuencas hidrográficas, la del Duero, y en menor medida la del Ebro. El río Duero es el cauce principal. El otro cauce importante lo constituye el río Jalón a su paso por los términos municipales de Medinaceli, Arcos de Jalón y Santa María de Huerta.

La zona destaca por las bajas temperaturas, con una media anual de unos 10 grados centígrados y una fuerte oscilación térmica a lo largo del día. Una pluviometría reducida, con valores próximos a los 350mm. Estos rasgos evidencian un tipo de clima continental muy acusado, con un invierno largo, seco y frío.

Las condiciones climáticas y topográficas han condicionado los aprovechamientos y usos del suelo. Destaca la superficie dedicada a los cultivos de cereal, también es importante la superficie forestal, ya que muchos municipios de la comarca tienen más del 50% de su territorio ocupado por formaciones arboladas.

En cuanto al paisaje y la vegetación, la comarca se caracteriza por extensas masas forestales de pino resinero y cultivos de secano. En los márgenes de los ríos, se extienden los bosques de ribera, con espacios como álamos y chopos, sauces, olmos, fresnos... formando arboledas sombrías y frescas.

Me gustaría elaborar un proyecto dirigido a las personas mayores que viven en los pueblos de hasta 40 habitantes de la comarca de Almazán, es decir, Alentisque, Borjabad, Escobosa de Almazán, Frechilla de Almazán, Maján, Momblona, Soliedra y Velilla de los Ajos.

Revisión de bibliografía

Vivir en áreas rurales

Las áreas rurales se definen como lugares donde el espacio y la vida social se utilizan de formas diferentes, y se caracterizan por:

- Baja densidad de población y de construcciones
- Predominan la agricultura y ganadería como formas de ganarse la vida.

- El modo de vida de los habitantes está condicionado por la pertenencia a grupos de tamaño limitado. Además, las relaciones vecinales se afianzan como fuertes lazos sociales.

"Podríamos entender lo rural como un concepto complejo en el que interactúan estos tres conceptos: población, economía/actividad, y cultura y relaciones, que deben estar presentes, en un grado u otro, en la definición de ruralidad" (García Sanz, 2006).

En las áreas rurales, las personas se relacionan de forma diferente a como lo hace en las ciudades, entre todos han creado unas normas de convivencia que poco a poco se han impuesto, tienen su propia cultura, formas de expresión, convecciones...

Poco a poco, en estas áreas se han experimentado procesos de mecanizando no solo en las explotaciones agrarias y ganaderas, también en los hogares, que han ampliado sus equipamientos, las formas de comunicarse y el acceso a la información... (Triado Tur, 2003).

Algunos proyectos

Estos son algunos de los proyectos similares que se están llevando a cabo ahora mismo:

PROYECTO ARRAIGO: lo gestiona una empresa privada, Energías y activos S.L. Los encargados del proyecto han detectado una doble problemática, la despoblación que sufre la provincia de Soria y la superpoblación que padecen ciudades como Madrid, Barcelona, etc. El proyecto comienza su andadura en abril de 2017 y consiste en poner en contacto a personas que viven en la ciudad con personas que viven en los pueblos, a través del ocio.

En los pueblos abundan casas deshabitadas a disposición de los vecinos, estas se alquilan a personas que entran a formar parte del proyecto a precios muy asequibles. Los nuevos residentes pueden elegir entre fijar su residencia de forma permanente en el pueblo (jubilación, ha encontrado empleo por la zona...) o establecer allí su segunda residencia (vacaciones, fines de semana...), de esta forma se contribuye a mantener con vida los pueblos.

En la actualidad, tienen lista de espera para entrar en el proyecto.

El requisito indispensable para entrar a formar parte del proyecto es tener nacionalidad española, permiso de residencia o tener nacionalidad de un país miembro de la Unión Europea.

- 1) PLAN REPUEBLA: presente en las provincias de Castilla y León, Soria, Burgos, Palencia, Valladolid, Ávila, Segovia, Zamora, Salamanca y León.

El plan se estructura en dos fases:

- Contacto con ayuntamientos y comarcas para generar una bolsa de vivienda aptas para ser habitadas.
- Alquiler o venta de estas casas a precios asequibles para fomentar el traslado de personas.

La página web cuenta con un apartado de venta y alquiler de viviendas en la provincia.

A nivel nacional:

- 2) Estrategia Nacional frente al Reto Demográfico

Durante la IV Conferencia de presidentes en enero de 2017 se determinó abordar el tema de la despoblación como una cuestión de especial relevancia. Como resultado de ello, durante dicha reunión se acordó elaborar una estrategia nacional para hacer frente al problema de la despoblación y se definieron unos ejes de actuación.

Las directrices generales de la estrategia fueron aprobadas en el Consejo de Ministros del 29 de marzo de 2019.

Las líneas de actuación son:

- Afrontar la despoblación
- Garantizar la supervivencia de los territorios afectados por la despoblación y la baja densidad
- Nuevas actividades económicas y fomento del emprendimiento en dichas zonas
- Favorecer el asentamiento y fijación de personas en el mundo rural
- Afrontar desequilibrios de la pirámide de población
- Gestionar efectos de la población flotante

La estrategia se ha elaborado gracias a la colaboración de las comunidades autónomas, de las ciudades con estatuto de autonomía y entidades locales. En septiembre de 2018 se crea un grupo institucional formado por las comunidades autónomas y representantes de la federación española de municipios y provincias. Una vez establecida la dinámica de trabajo, se han ido celebrando una serie de reuniones de forma periódica sobre cada uno de los ejes de la estrategia. también se construyó un grupo de trabajo específico en el marco de la comisión nacional de Administración Local, que permite una comunicación directa con representantes de ayuntamientos y diputaciones provinciales.

Ejemplos de personas que se han instalado en la provincia y han conseguido poner en marcha su propio negocio aprovechando los recursos con los que cuenta la provincia de Soria:

- En Cueva de Agreda un emigrante retornado, cansado del ritmo de vida de la gran ciudad, decidió restaurar y acondicionar un pequeño refugio de montaña a los pies de Moncayo, y convertirlo en un albergue que atrajese a turistas y montañeros a la zona.
- Almajano, en un pueblo que se localiza al norte de la provincia, concretamente en la comarca de Tierras Altas. Desde hace varios años en la localidad, funciona la granja El Boyal, cuya materia prima es la leche, que transforman en flanes, cuajada... El emprendedor no tenía ningún vínculo con el pueblo, llegó a Almajano en busca de otro ritmo de vida y allí se instaló junto con su familia.
- Noviercas es un pueblo que se encuentra concretamente en la comarca del Moncayo. En la actualidad cuenta con 157 habitantes, entre ellos varias familias de origen portugués, su llegada ha solucionado el problema de la falta de mano de obra. Muchos ganaderos y agricultores han traspasado y arrendado sus propiedades a estas familias.

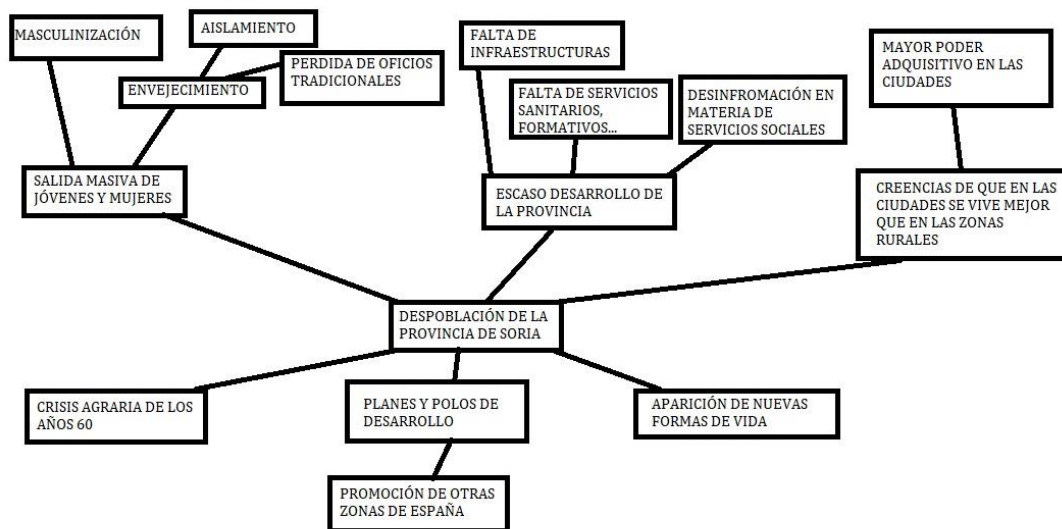
Entidades de la provincia han puesto en marcha proyectos para frenar el problema de la despoblación y favorecer la llegada de nuevos pobladores a la provincia, algunos ejemplos son:

- Cruz Roja Española, mediante el proyecto Red Interlabora

- UGT: Centro Guía de Migraciones.
- Diputación provincial de Soria:
 - Proyecto Metecos: actuación integral que pretende frenar la tendencia de la despoblación, mediante dos instrumentos: estudio poblacional de la provincia y análisis del sector empresarial para conocer las necesidades de las empresas, en el terreno laboral y formativo.
 - Proyecto Soria Integración: realiza tareas de información, orientación laboral... dirigido a colectivos en situación de exclusión social. Cuenta con una bolsa de empleo, da información sobre contratos y bonificaciones, apoyo en el proceso de inserción del trabajador, etc.
- Cáritas
- PRODER Noreste de Soria: programa futuro y calidad de vida, tiene como objetivo la atracción de habitantes a la provincia y la reducción de la despoblación, a través de diferentes actividades.

A modo de resumen, he realizado este esquema de las principales problemáticas donde se reflejan las causas y consecuencias del problema de la despoblación de la provincia de Soria.

Ilustración 2. Esquema de las principales problemáticas



Causas:

- Crisis agraria de los años 60

- Puesta en marcha de planes y polos de desarrollo
- Emergencia de nuevas formas de vida

Consecuencias:

- Salida masiva hacia zonas más prósperas sobre todo de mujeres y jóvenes.
- Escaso desarrollo de la provincia
- Creencia de que en las ciudades se vive mejor que en las zonas rurales.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Análisis de implicados

TABLA DE IMPLICADOS

Tabla 6. Tabla de implicados

DIRECTOS	INDIRECTOS	NEUTRALES	OPONENTES
Población general	Centro de acción social comarcal	Gobierno central	Residencias de ancianos de la comarca
Ayuntamientos de los municipios	Diputación provincial	Gerencia de servicios sociales	
	Cruz Roja Almazán	Junta de Castilla y León	
	Adema		
	Empresa de transporte		

Implicados primarios: población en general que vive en zonas rurales, y ayuntamientos de los municipios.

Implicados secundarios: Centro de Acción Social comarcal, Diputación Provincial, entidades bancarias, Cruz Roja Almazán, empresa de transporte, residencias de ancianos de la provincia, Junta de Castilla y León, Gobiernos Central y Gerencia provincial de servicios sociales

Tabla 7. Tabla de implicados

GRUPOS	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS Y MANDATOS	NIVEL DE PRIORIDAD (0 a 5)
Personas mayores de 65 años	Fortalecimiento de relaciones entre vecinos.	Aislamiento, soledad, deficientes relaciones sociales	SAD, teleasistencia, talleres ocupacionales...	5
Ayuntamientos de los municipios	Creación de una red de actividades y servicios que eviten la marcha de habitantes a otros lugares o a centros residenciales	Falta de población y envejecimiento. Escasos servicios e infraestructuras. La escasa población que queda en los municipios se marcha a centros residenciales de la provincia.	Presupuesto procedente de la Diputación Provincial y de la Junta de Castilla y León. Locales municipales a disposición de los vecinos	5
Centro de acción social de Almazán	Realizar intervenciones adecuadas en los pueblos	Desatención de usuarios en la comarca por falta de medios	Información, orientación, asesoramiento, tramitación de documentos...	4
Diputación provincial	Correcta atención a la totalidad de habitantes de la provincia	Escasez y envejecimiento de la población en la provincia.	Presupuesto	4
Cruz Roja Almazán	Promoción de la institución, reclutamiento de voluntarios. Imparte formación (atención sociosanitaria)	Aislamiento y desatención de personas mayores en los pueblos de la comarca	Amplia red de voluntarios en la comarca. Cuenta con personal especializado en cuidado de personas.	4

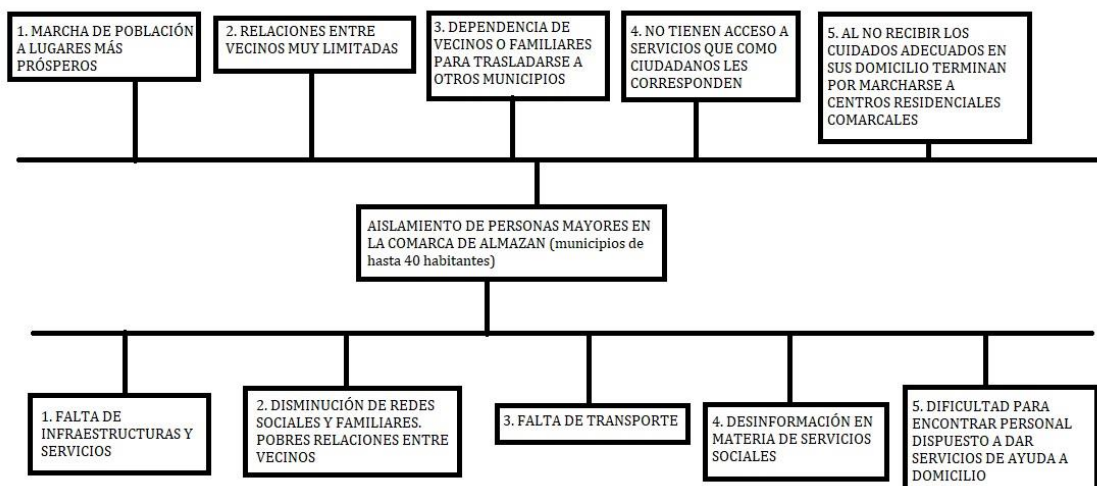
GRUPOS	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS Y MANDATOS	NIVEL DE PRIORIDAD (0 a 5)
Adema	Financiación de proyectos sociales que promocionen la entidad	Falta de proyectos sociales en la comarca	Liquidez	4
Empresa de transporte	Captación de nuevos clientes	Malas condiciones de las carreteras	Vehículos para el transporte de vecinos entre pueblos	4
Gerencia de servicios sociales de la provincia de Soria	Mejorar el funcionamiento de los servicios sociales y llegar a todos los usuarios posibles	Desatención a determinados territorios de la provincia	Gestiona el presupuesto que posteriormente reparten entre los diferentes CEAS de la provincia	3
Junta de Castilla y León	Mejorar la calidad de vida en la medida de lo posible de habitantes de la comunidad	Mucha población mayor Territorio muy amplio	Determina que presupuesto otorga a servicios sociales y la cuantía que le corresponde a cada provincia	2
Gobierno central	Mejorar la calidad de vida en la medida de lo posible de habitantes del país	Cada territorio tiene unas características concretas. Desatención de algunos territorios	Amplio presupuesto. Capacidad para tomar medidas concretas en los diferentes territorios.	1

GRUPOS	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS Y MANDATOS	NIVEL DE PRIORIDAD (0 a 5)
Residencias ancianos de comarca	Captar el mayor número de clientes posibles	Los ancianos deben abandonar su pueblo de origen para trasladarse a otro de la comarca donde se localice la residencia Coste muy elevado que no todas las personas pueden permitirse	Son un centro de encuentro entre ancianos, reciben los cuidados necesarios y fomentan la creación de nuevas redes sociales. Reciben sesiones de fisioterapia, podología, peluquería...	0

- Grupo más importante: ayuntamientos de los municipios seleccionados y población de dichos lugares.
- Problemas: aislamiento, desatención, soledad...
- Intereses: actividades que fomenten las relaciones entre los vecinos de los pueblos de la comarca. Además, dichas actividades contribuirán al mantenimiento físico y mental de los habitantes de los municipios.
- Fortalezas del grupo: cooperación entre vecinos, relaciones familiares muy fuertes, aunque limitadas.
- Debilidades del grupo: relaciones sociales muy limitadas. La falta de contactos puede provocar la aparición de demencias e incluso de enfermedades mentales, ansiedad, depresión...

Árbol de problemas

Ilustración 3. Árbol de problemas



Descripción de los problemas

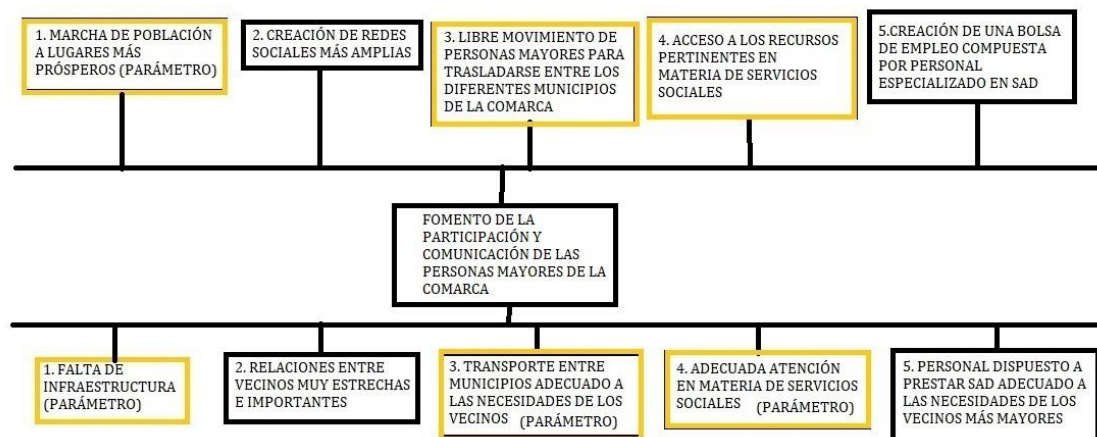
El problema central resultante del análisis de la realidad ha generado la elaboración del anterior árbol de problemas es "el aislamiento de personas mayores de 65 años en la comarca de Almazán". La falta de infraestructuras y oportunidades provocó

en los años sesenta la salida masiva de población hacia zonas más prósperas, quedando las zonas rurales empobrecidas y envejecidas. La falta de medios de transporte adecuado, buenas carreteras, servicios... ha provocado el "vaciamiento" de los pueblos. Por ello, los habitantes de estos municipios son en su mayoría personas mayores de sesenta y cinco años que viven solas, y que tienen escasos apoyos sociales. Las relaciones vecinales tienen gran importancia en estas áreas, sin embargo, están muy limitadas. A menudo, debido a la falta de medios en estas zonas, los mayores no reciben las atenciones adecuadas, por ejemplo, la falta de talleres de terapia ocupacional y actividades para ejercitar la mente pueden derivar en la aparición de demencias... la falta de atención en materia de servicios sociales puede privar del disfrute de determinados servicios a los más mayores, que no tienen la posibilidad de trasladarse hasta el centro comarcal para solicitarlos, etc. La falta de transporte adecuado entre municipios es otra de las problemáticas que fomenta el aislamiento de los más mayores. Se ven obligados a depender de vecinos, conocidos o familiares para trasladarse a la cabeza comarcal o a otros pueblos para realizar trámites y gestiones.

Encontrar personal disponible dispuesto a trasladarse a los pueblos de forma diaria para prestar servicio de ayuda a domicilio no es una tarea fácil, la dificultad para llegar a estos lugares, la falta de vehículo o la no retribución del gasto de combustible a los/las profesionales para llegar hasta al lugar de trabajo, provoca que este servicio no llegue, no sea duradero, ni de calidad. Por ello, en la mayoría de las ocasiones, al no recibir los cuidados adecuados o aumentar el grado de dependencia se ven obligadas a trasladarse a residencias de ancianos cercanas.

Árbol de objetivos

Ilustración 4. Árbol de objetivos



Definición de alternativas

1. Fomento de las relaciones entre los vecinos
2. Encontrar personal dispuesto a prestar servicio de ayuda a domicilio adecuado a las necesidades de los vecinos más mayores

Áreas de actuación:

1. Fomento de las relaciones entre vecinos
 - Actividades ocupacionales en los diferentes pueblos de la comarca
 - Diferentes talleres de ocio, como introducción a la informática, cocina...
 - Actividades de mantenimiento físico.
 - Quedada un día a la semana de todos los participantes en el proyecto en uno de los pueblos de la comarca, para realizar actividades como cine fórum...
 - Voluntariado (Cruz Roja) dispuesto a prestar servicios a los vecinos de los municipios seleccionados que así lo precisen.
2. Personal dispuesto a prestar SAD adecuado a las necesidades de los vecinos

- Cruz Roja cuenta con una amplia red de voluntarios en la comarca (que en ocasiones se encuentran ociosos por no tener tareas que desempeñar). Los voluntarios podrían encargarse de suministrar servicios a las personas mayores de los pueblos de la comarca que así lo necesitasen. Por ejemplo, hacerles la compra, recogerles los medicamentos en la farmacia... y posteriormente llevárselo hasta sus domicilios en los pueblos seleccionados.
- Cruz Roja imparte diferentes formaciones en la sede comarcal que se encuentra en Almazán, entre los cursos que se enseñan se encuentra el de atención socio sanitaria, dirigido al cuidado de personas. Pues bien, si en algún momento algún vecino de los pueblos seleccionados necesita de los servicios de un/una titulada en atención socio-sanitaria para desempeñar las tareas SAD contará con una amplia bolsa de personas cualificadas dispuestas a ello.

En primer lugar, los beneficiados del proyecto serían personas mayores (de 65 años en adelante), sobre todo hombres que viven en pequeñas áreas rurales y que en muchas ocasiones no reciben prestaciones (dependencia, SAD...) a las que tiene derecho por el aislamiento al que están sometidos por la zona en la que viven, el desconocimiento, la falta de medios, etc. No mantienen apenas relaciones sociales y no pueden salir del pueblo por falta de transporte o familia que los trasladen. Los beneficiarios directos del proyecto serán hombres y mujeres de más de 65 años.

El proyecto ira destinado a fomentar las redes sociales y familiares de personas de más de 65 años (de la comarca), realizando talleres ocupacionales, sesiones de mantenimiento físico y otras actividades. También se realizarán quedadas con los pueblos de la comarca y excursiones a lugares de ocio, como por el ejemplo el centro cívico de Almazán.

Selección de alternativa - prioridades

De las dos alternativas obtenidas, (fomento de relaciones entre los vecinos, y personal dispuesto a prestar SAD en los municipios) la más trascendente teniendo en cuenta las necesidades detectadas, la eficacia, la inmediatez... y, por tanto, la elegida para la elaboración del proyecto es la alternativa de "fomento de relaciones sociales entre los vecinos". Es la más importante debido a que el problema central del árbol de problemas es el aislamiento de personas mayores de 65 años que viven en los pueblos de la comarca de Almazán de hasta 40 habitantes,

esta alternativa es la efectiva y adecuada para erradicar el aislamiento a mi modo ver, si se pone en práctica se obtendrán resultados a corto – medio plazo, además, si funciona con éxito tendrá una gran trascendencia dentro de la comarca y en otras zonas de la provincia, que podrán poner en práctica el modelo. No es una alternativa demasiado costosa, ya que se utilizarán los locales municipales de los pueblos, tan solo se necesitará la intervención de diferentes profesionales encargados de dirigir las sesiones y el material necesario para cada actividad, sin embargo, se necesitaría la pequeña financiación de algunas entidades. Poniendo en marcha esta alternativa, se conseguirá erradicar en gran medida el problema central del proyecto.

La segunda alternativa también tiene una importante trascendencia para paliar el aislamiento de personas ancianas en la comarca. Encontrar personal dispuesto a trasladarse de forma diaria a los pueblos para prestar servicios de ayuda a domicilio no es una tarea fácil, a menudo, los vecinos de los municipios no reciben tal servicio debido a la dificultad para llegar a los núcleos rurales (malas carretas, falta de permiso de conducir o de vehículo por parte de las trabajadoras/es, salarios que no cubren los gastos que puede generar trasladarse de forma diaria a los pueblos, etc). Por ello, es necesaria, la puesta en marcha de alternativas que favorezcan la implantación de esta medida de forma adecuada y duradera. Tendría una gran relevancia y trascendencia en los municipios, lo ancianos, hasta el momento, condenados a abandonar sus hogares en busca de atención adecuada en los centros residenciales de la provincia, podrían permanecer en sus casas con los cuidados necesarios. Tendría un tiempo de implantación a medio – largo plazo y el presupuesto para llevarla, tampoco supondría un elevado coste.

En conclusión, alternativa elegida sería el siguiente:

1. Fomento de las relaciones entre los vecinos de los municipios

FORMULACIÓN DEL PROYECTO

Objetivos

- ✓ Objetivo focal:
 - Elaborar un proyecto que fomente la participación y la comunicación de las personas mayores de 65 años en las áreas rurales seleccionadas de la comarca de Almazán.
- ✓ Objetivos específicos:
 - Aumentar y reforzar las redes sociales de las personas mayores de 65 años en los pueblos de hasta 40 habitantes de la comarca de Almazán.
 - Mejorar la autopercepción, autoestima y comunicación afectiva de las personas que participan en el proyecto.

Metodología

El proyecto pretende intervenir en ocho pueblos de la comarca de Almazán, todos ellos con una característica común, no sobrepasan los 40 habitantes, concretamente durante dos meses, o lo que es lo mismo, nueve semanas. Los pueblos seleccionados son: Alentisque, Borjabad, Escobosa de Almazán, Frechilla de Almazán, Maján, Momblona, Soliedra y Velilla de los Ajos.

En primer lugar, se contactará con los beneficiarios del proyecto a través de teléfono móvil. Los diferentes ayuntamientos de estas localidades facilitaran los teléfonos de los mayores de 65 años de cada localidad. Mediante esa llamada se explicará en que consiste el proyecto, las actividades que se llevaran a cabo y los beneficios de este. Se les dará un plazo de dos días para decidir si quieren formar parte del proyecto o no, y pasado los dos días se les volverá a llamar para confirmar o para rechazar la oferta. Mediante esa llamada se les citará en una hora y lugar concreto.

Se asignará a cada uno de los municipios una hora y día de la semana, la distribución quedará así:

Tabla 8. Horarios de actividades

PUEBLO	DÍA Y HORA
Alentisque	Lunes de 10,30 a 12,30
Frechilla de Almazán	Lunes de 17,30 a 19,30
Borjabad	Martes de 10,30 a 12,20

PUEBLO	DÍA Y HORA
Escobosa de Almazán	Martes de 17,30 a 19,30
Maján	Miércoles de 10,30 a 12,30
Momblona	Miércoles de 17,30 a 19,30
Soliedra	Jueves de 10,30 a 12,30
Velilla de los Ajos	Jueves de 17,30 a 19,30
Quedada entre pueblos	Sábado de 17,30 a 19,30

El proyecto comenzara con una breve presentación de los profesionales y los usuarios. Mas tarde, se realizarán las diferentes actividades que tendrán una duración aproximada de una hora. Las actividades irán variando según la sesión, sin embargo, habrá una tarea que se repetirá a lo largo de las nueve sesiones, cada semana se comentará la actualidad política, económica, social... artículos de periódicos y revistas interesantes, etc, la actividad durará una hora aproximadamente.

Una vez al mes, se realizará la tarea de "quedada entre pueblos", donde tendrá lugar una jornada de convivencia entre las personas participantes en el proyecto. Estas sesiones tendrán lugar en el centro cívico de Almazán, y para llegar hasta ellas, se contratará un servicio de autobús (financiado por las cuotas de los socios) que recogerá a los participantes en sus pueblos, y una vez terminada la actividad los llevará de vuelta hasta sus casas.

Dentro del proyecto, se pondrán en práctica las siguientes actividades:

- Presentación
- Talleres para ejercitar la memoria y las habilidades cognitivas (3)
- Gimnasia de mantenimiento (2)
- Sesiones Mindfulness (2)
- Quedada entre pueblos (2)
- Última sesión

La última sesión, consistirá en comentar los resultados, las impresiones de los participantes... además, tendrá lugar una pequeña merienda para despedir el proyecto.

Actividades

Tabla 9. Actividades

N.º ACTIVIDAD	TIPO DE ACTIVIDAD	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	N.º PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
N.º 1	Llamada telefónica	Emplazamiento para participar	Totalidad de participantes en el proyecto	Se realizará una llamada telefónica a los usuarios para preguntarles si les gustaría participar en el proyecto
Nº2	Presentación	Presentación	Totalidad del grupo	Se realizarán sesiones de presentación entre los participantes y los profesionales que formaran parte del proyecto en cada uno de los pueblos (cada uno es su día y horario seleccionado). Se explicará en profundidad en que consiste el proyecto y los beneficios de este.
Nº3	Lógica	Dibujo con figuras geométricas	Grupos de 1 a 4 personas	Con una serie de figuras geométricas se intenta recrear un dibujo determinado. Existen varios niveles de dificultad dependiendo del dibujo que se quiere reproducir.
Nº4	Actualidad	Comentando la actualidad	Totalidad del grupo	Repaso y comentario con la ayuda de periódicos de la actualidad de la semana (esta actividad se repetirá todas las semanas)
N.º 5	Quedada entre pueblos	Juegos populares	Totalidad de participantes en el proyecto	El lugar elegido para realizar la actividad será el centro cívico de Almazán. Se practicarán diferentes juegos populares,

				bolos, rana... (recursos con los que cuenta el centro cívico)
N.º 6	Memorización	Recuerda la imagen	Totalidad del grupo	Para la actividad se necesitarán 40 fotografías de diferentes objetos. Se colocarán boca abajo y tendrán que memorizar a que utensilio corresponde cada fotografía.
Nº7	Quedada entre pueblos	Cine fórum	Totalidad de participantes en el proyecto	Tendrá lugar la proyección de una película y posteriormente se abrirá un debate para comentarla.
Nº8	Mantenimiento	Gimnasia de mantenimiento	Totalidad del grupo	Actividades para mantenimiento
Nº9	Mindfulness	Taller de Mindfulness	Totalidad del grupo	Se practicarán técnicas de relajación
Nº10	Discriminación táctil y sensorial	Adivinando texturas	Totalidad del grupo	Con los ojos tapados, los participantes tendrán que adivinar que él lo que están tocando a partir de las diferentes texturas
Nº11	Elaboración de puzles	Puzles	Grupos de 1 a 4 personas	Construcción de diferentes puzles. Varios niveles de dificultad
N.º 12	Última sesión	Última sesión	Totalidad del grupo	Se comentarán los aspectos positivos y negativos del proyecto, se analizará la percepción de los participantes... Finalmente, tendrá lugar una pequeña merienda para despedir el proyecto.

Al termino de cada sesión, el responsable de esta rellenará una ficha de actividad donde se recogerán todos aquellos datos relativos a la misma, número de asistentes, participación, calificación de la actividad de 0 a 10... además, también se rellenará una ficha de seguimiento, donde se recogerán otro tipo de datos, como por ejemplo como son las relaciones entre los participantes, afinidad, etc. Ambas fichas servirán para la posterior evaluación

Recursos

Recursos materiales

Las diferentes actividades tendrán lugar en los centros sociales de cada uno de los pueblos, dichos locales son propiedad del ayuntamiento y están a disposición de los vecinos.

Las quedadas entre pueblos (una vez al mes) tendrán lugar en el centro cívico de Almazán, a disposición de los vecinos de toda la comarca. Los recursos necesarios para llevar a cabo las diferentes actividades, como juegos populares, proyector para el visionado de películas, etc, son equipamientos con los que cuenta el centro cívico. Los traslados hasta allí se realizarán mediante una empresa de autocares.

También será necesaria la adquisición de material para llevar a cabo las actividades, puzles, fotografías...

Recursos humanos

Para llevar a cabo el proyecto será necesaria la participación de un monitor/ar de tiempo libre a tiempo completo que se encargará de dirigir la totalidad de las sesiones en los centros sociales de los diferentes pueblos.

Para optar al puesto será necesario el curso de monitor de tiempo libre y experiencia de al menos seis meses con personas mayores.

El encargado/encargada de dirigir el proyecto será un trabajador social. Se encargará de contactar con los usuarios, realizar un seguimiento de las actividades e intervenir si fuera necesario. Tendrá una jornada a tiempo parcial.

Para optar al puesto será necesario ser titulado en trabajo social y tener experiencia en proyectos similares.

Recursos financieros

Presupuesto

Tabla 10. Presupuesto

DETALLE DE GASTOS	COSTE MENSUAL	N.º MESES	COSTE TOTAL
PERSONAL:		2	3020€
	Coste trabajador social: 550€		

DETALLE DE GASTOS	COSTE MENSUAL	N.º MESES	COSTE TOTAL
1 jefe proyecto: trabajador social (tiempo parcial) 1 monitor de tiempo libre (tiempo completo)	Coste monitor de tiempo libre: 960€		
BIENES E INFRAESTRUCTURAS	No procede		
MATERIALES: Compra de material de oficina. Material necesario para la realización de las diferentes actividades	300€	2	600€
VIAJES: Contratación de un vehículo (bus, microbús...) para llevar a cabo la actividad nº5 Combustible kilometraje trabajadores	200€ 150€	2	700€
ALIMENTACIÓN: Café, galletas, pastas variadas... (para la última sesión)	70€		70€
OTROS: Imprevistos...	200€		200€
TOTAL			4590€

El proyecto se llevará a cabo mediante una financiación mixta. En primer lugar, la Diputación de Soria, convoca cada año ayudas destinadas a fomentar la realización de actividades culturales dentro de la provincia (dirigida a asociaciones y particulares), financia hasta el 50% del coste total del proyecto, es decir, 2295€. Otra parte de la financiación vendrá dada por el pago de las cuotas de los participantes. Cada usuario pagará en torno a 10€ en concepto de inscripción,

Trabajo de fin de grado

viajes, etc. El capital restante vendrá dado de Adema (Asociación para el Desarrollo Endógeno de Almazán y otros municipios).

Tabla 11. Financiación

ENTIDAD	CUANTÍA	TOTAL
Diputación de Soria	2295€	2295€
Cuotas de los usuarios (contamos con alrededor de 80 usuarios)	10€	800€
Adema	1495€	1495€
TOTAL		4590€

Ejecución y seguimiento del proyecto

Cronograma

Tabla 12. Programación julio

JULIO 2020						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
29. Actividad N.º 2, 3 y 4	30. Actividad N.º 2, 3 y 4	1. Actividad N.º 2, 3 y 4	2 Actividad N.º 2, 3 y 4.	3. Actividad N.º 2, 3 y 4	4.	5.
6. Actividad N.º 6 y 4	7. Actividad N.º 6 y 4	8. Actividad N.º 6 y 4	9. Actividad N.º 6 y 4	10. Actividad N.º 6 y 4	11.	12.
13. Actividad N.º 8 y 4	14. Actividad N.º 8 y 4	15. Actividad N.º 8 y 4	16. Actividad N.º 8 y 4	17. Actividad N.º 8 y 4	18. Actividad N.º 5	19.
20. Actividad N.º 9 y 4	21. Actividad N.º 9 y 4	22. Actividad N.º 9 y 4	23. Actividad N.º 9 y 4	24. Actividad N.º 9 y 4	25.	26.
27. Actividad N.º 10 y 4	28. Actividad N.º 10 y 4	29. Actividad N.º 10 y 4	30. Actividad N.º 10 y 4	31. Actividad N.º 10 y 4		

Tabla 13. Programación agosto

AGOSTO 2020						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
					1.	2.
3. Actividad N.º 8 y 4	4. Actividad N.º 8 y 4	5. Actividad N.º 8 y 4	6. Actividad N.º 8 y 4	7. Actividad N.º 8 y 4	8.	9.
10. Actividad N.º 11 y 4	11. Actividad N.º 11 y 4	12. Actividad N.º 11 y 4	13. Actividad N.º 11 y 4	14. Actividad N.º 11 y 4	15.	16.
17. Actividad N.º 9 y 4	18. Actividad N.º 9 y 4	19. Actividad N.º 9 y 4	20. Actividad N.º 9 y 4	21. Actividad N.º 9 y 4	22. Actividad N.º 5	23.
24. Actividad N.º 12	25. Actividad N.º 12	26. Actividad N.º 12	27. Actividad N.º 12	28. Actividad N.º 12	29.	30.
31.						

Tabla 14. Diagrama de Gantt

GRÁFICA GANNT										
ACTIVIDAD	RESPONSABLE	TIEMPO (semanas)								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
N.º 2		x								
N.º 3		x								
N.º 4		x	x	x	x	x	x	x	x	
N.º 5				x						
N.º 6			x							
N.º 7									x	
N.º 8				x		x				
N.º 9				x				x		
N.º 10					x					
N.º 11								x		
N.º 12										x

EVALUACIÓN

Con la evaluación, se pretende conocer si la implementación del proyecto ha conseguido hacer desaparecer la sensación de soledad y aislamiento en las personas mayores y comprobar si se han creado nuevas relaciones sociales o si se han fortalecido las ya existentes.

Para realizar la evaluación del proyecto será necesaria la reunión entre el trabajador/trabajadora social y monitor o monitora de tiempo libre. Durante dicha reunión se analizarán las fichas de actividad y las fichas de seguimiento de cada sesión elaboradas por el profesional responsable, se deberán obtener unas conclusiones para determinar si el proyecto ha resultado beneficioso para los usuarios y si se han cumplido los objetivos previamente establecidos. Además, para medir el impacto del proyecto, comprobar si se han cumplido los objetivos planteados de acuerdo con los recursos disponibles, si el proyecto a resultado eficaz para los destinatarios, etc, se realizará una entrevista presencial pasados seis meses a un participante de cada grupo (elegidos al azar), para constatar que los indicadores plantados más adelante se han cumplido o no.

Momentos de la evaluación:

- ✓ Antes del proyecto: se llevará a cabo una evaluación del entorno y de las necesidades que presentan los participantes en general. Además, a través de la primera llamada telefónica que servirá para informar del proyecto, se intentará conocer la situación en la que se encuentra cada persona.
- ✓ Durante el proyecto: con esta monitorización se pretende conocer si se están produciendo los resultados esperados, o por si lo contrario, es necesario realizar algún cambio. Para comprobar el funcionamiento correcto del proyecto durante el proceso se contará con diferentes medios de verificación, como las fichas de actividad, fichas de seguimientos, etc.
- ✓ Después del proyecto: es importante realizar un análisis del proyecto nada más terminar, pero también es importante evaluar el impacto del proyecto a medio y largo plazo. En función de los resultados obtenidos, se considerará la renovación del proyecto o no. Al finalizar el proyecto se realizará un análisis del impacto mediante los siguientes medios de verificación: informe sobre los resultados elaborado por el trabajador social, encuesta de satisfacción de los participantes y las entrevistas que se realizaran a los diferentes grupos. Además, pasados seis meses los profesionales y un participante de cada grupo se reunirán para evaluar el impacto del proyecto a medio-largo plazo.

Esta evaluación se realizará a través de los siguientes indicadores:

- ✓ Participación de al menos el 50% total de la población mayor de 65 años de las zonas seleccionadas
- ✓ Asistencia de al menos el 60% de los participantes de cada grupo a cada una de las sesiones.
- ✓ Cada participante debe realizar y recibir al menos una llamada telefónica una vez a la semana por parte de otro usuario.
- ✓ Al menos, el 70% de los participantes debe pensar que el proyecto le ha resultado beneficioso.
- ✓ Al menos, el 70% de las actividades se han debido llevar a cabo de forma satisfactoria.
- ✓ La media de las puntuaciones de las actividades por parte de los participantes debe ser igual o mayor que cinco, en una escala de 0 a 10.

Las herramientas para comprobar si los indicadores se han cumplido, serán:

- ✓ Fichas de actividad, donde se recogerán los aspectos más relevantes de la actividad, asistencia (firmas), nivel de participación, incidencias, etc. Esta herramienta ayudará a medir la viabilidad de las actividades, a través de la observación directa del profesional encargado de dirigir la sesión. Además, a cada "resumen de la sesión" se le pondrá una nota de entre 0 y 10, siendo 0 la nota más baja y 10 la más alta.
- ✓ Al término de cada actividad se pedirá a los usuarios que puntúen las actividades realizadas de 0 a 10.
- ✓ Ficha de seguimiento, donde se recogerán datos como, por ejemplo, como son las relaciones entre los participantes, afinidad, etc.
- ✓ Informe realizado por el trabajador/a social, sobre los resultados obtenidos con el proyecto, la consecución o no de los objetivos, etc.
- ✓ Entrevista de los diferentes grupos con la trabajadora social y realización de un posterior informe donde se recojan las actitudes que presentan los participantes, las diferentes relaciones que se han establecido, predisposición a participar en otro proyecto similar, etc.
- ✓ Encuesta satisfacción de los participantes
- ✓ Revisión del proyecto seis meses después de haber terminado. Se reunirá una persona de cada grupo (en total serán nueve personas) y se realizará una evaluación del proyecto. Con esta revisión se pretende determinar si se han cumplido los objetivos planteados de acuerdo con los recursos existentes, si

el proyecto a resultado eficaz y, además, se convertirá en una herramienta para medir el impacto del proyecto a largo plazo.

MATRIZ MARCO LÓGICO

MATRIZ ENFOQUE MARCO LÓGICO				
	RESUMEN NARRATIVO/LÓGICA DE INTERVENCIÓN	INDICADORES OBJETIVAMENTE VERTICALES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	HIPÓTESIS/SUPUESTOS/ FACTORES EXTERNOS
OBJETIVO GENERAL	Potenciar la participación y comunicación de las personas mayores en las áreas rurales	Participación de al menos el 50% total de la población mayor de 65 años	-Informe de la trabajadora social sobre los resultados obtenido, índice de participación...	Debido a la elevada edad de los participantes, pueden enfermar
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	Aumentar y reforzar las redes sociales de las personas mayores de 65 años en los pueblos de hasta 40 habitantes de la comarca de Almazán	-Asistencia de al menos 60% de los participantes de cada grupo a cada una de las sesiones.	- Fichas de actividad (firmas de asistencia)	Julio y agosto son meses en los cuales la gente suele marcharse de vacaciones, puede que algunos de los participantes se ausenten a lo largo de dichos meses.
RESULTADOS (PRODUCTOS)	<ul style="list-style-type: none"> -Dotar a los participantes de las herramientas y los medios para establecer nuevas relaciones y reforzar las existentes. - Mejorar la autopercepción y la autoestima de los participantes. - Mejorar la comunicación afectiva entre los participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cada participante debe realizar y recibir al menos una llamada telefónica una vez a la semana por parte de otro usuario. - El 70% de los participantes debe estar satisfecho con la participación en el proyecto - De todas las personas participantes, al menos, el 	<ul style="list-style-type: none"> - Entrevista de la trabajadora social con los diferentes grupos, donde se recogerán datos sobre relaciones más fuertes, afinidad. - Ficha de seguimiento - Encuesta sobre satisfacción 	<ul style="list-style-type: none"> -Los participantes se muestran interesados en asistir de nuevo al proyecto si se renueva. -La falta de conocimientos sobre tecnología (móviles inteligentes...) puede dificultar la comunicación entre los participantes al término del proyecto.

		40% seguirá manteniendo el contacto después del proyecto	- Revisión del proyecto pasados seis meses	
PRINCIPALES ACTIVIDADES	<ul style="list-style-type: none"> -Presentación -Talleres para ejercitar la memoria y las habilidades cognitivas -Gimnasia de mantenimiento -Sesiones Mindfulness -Quedada entre pueblos -Última sesión 	<ul style="list-style-type: none"> - Presupuesto - Material - Espacios 	<ul style="list-style-type: none"> - Ficha de actividad - Puntuación de los participantes de cada actividad. - Revisión del proyecto pasados seis meses 	<ul style="list-style-type: none"> - Mejora del estado físico y cognitivo de los participantes - Mejora del estado anímico de los participantes.

BIBLIOGRAFÍA

- Ayuda Bosque, M., Saez Perez, L., & Pinilla Navarro, V. (2001). Políticas ante la despoblación en el medio rural: un enfoque desde la demanda. *Ager: revista de estudios sobre despoblación y desarrollo rural*(1), 211-232.
- Bachiller, J. (1984). Dinámica actual de la población en la provincia de Soria. *Geographicalia*(21-24), 87-100.
- Beltrán Villalba, M. (1994). Política y administración bajo el franquismo: la reforma administrativa y los planes de desarrollo. *Instituto Juan March de estudios e investigaciones, centro de estudios avanzados en ciencias sociales*.
- Bustos Gisbert, M. (2005). Envejecimiento y despoblación: dos problemas básicos para la reivindicación de la Sierra de Francia (Salamanca). *BAGE: Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*(40), 135-152.
- Del Arco, M. (2006). Morir de hambre: autarquía, escasez y enfermedad en la España del primer franquismo. *Pasado y memoria: revista de historia contemporánea*(5), 251-258.
- García Fernández, J. (1964). El movimiento migratorio de trabajadores en España. *Estudios geográficos*(95).
- García Sanz, B. (2006). *La sociedad rural ante el S. XXI*. Ministerio de agricultura, pesca y alimentación, Madrid.
- Herrera, E., & Rovirosa, D. (22 de Febrero de 2019). Las cifras que confirman una Europa cada vez más vacía. *La Vanguardia*.
- Justicia, A. (1987). Éxodo rural y descapitalización humana del campo. *Baética: Estudios de arte, geografía e historia*(10), 31-66.
- Martín, M. (2008). Pueblos vacíos, atonía y envejecimiento en la comarca soriana de Tierras Altas y Valle del Tera. *Ería: Revista Cuatrimestral De Geografía*(75), 113-128.
- Perez, R. (26 de Septiembre de 2017). La agonía de las catorce provincias más despobladas de España. *ABC*.
- Rico Gonzalez, M., & Gomez Garcia, J. (2003). Mujeres y despoblación en el medio rural de Castilla y León. *AGER. Revista de sobre despoblación y desarrollo rural*(3), 151-184.
- Triado Tur, M. (2003). *Envejecer en entornos rurales. Estudios I+D+I*. IMSERSO, Madrid.